NursRxiv
DOI: 10. 12209/issn2708-3845. 20220822001

中西医护理技术在治未病中的运用

焦佳玲, 孙艳荣
(北京中医药大学东方医院经开区院区 中医护理门诊, 北京, 100176)

摘要: 治未病包括两方面内容,其一为既病防变,其二为未病先防,在实际护理过程中必须细化各项护理工作以最大程度的保证护理效果。中医护理侧重于预防及保健,优势独特,在治未病中的护理效果显著。西医护理注重提高人们的身心舒适度和治疗配合度,以此改善人们的身心健康。二者在治未病应用中均有一定优势,临床工作中可以灵活应用,实现优势互补,最大化护理效果。

关键词: 中西医护理; 治未病; 身心健康; 针灸; 以人文本

The application of traditional Chinese and Western medicine nursing technology in the treatment of pre-existing diseases

JIAO Jialing, SUN Yanrong
(*Department of Chinese Medicine Nursing Clinic, Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine Jingkai District, Beijing*, 100176)

ABSTRACT: To explore the application of traditional Chinese and Western medicine nursing technology in the treatment of diseases. To compare and analyze the traditional Chinese medicine nursing technology and Western medical nursing technology in the application of disease treatment from multiple angles such as concept, operation method and efficacy, and to treat diseases in two aspects, one is to prevent changes in both diseases, the other is to prevent diseases before they occur, and in the actual nursing process, it is necessary to refine various nursing work to ensure the nursing effect to the greatest extent. The nursing effect of Traditional Chinese medicine is obvious and unique, and the nursing effect in the treatment of pre-existing diseases is remarkable. Western medicine care improves its physical and mental comfort and therapeutic cooperation, and improves the physical and mental health of patients. Western medicine nursing technology has certain advantages in the application of disease treatment, and Chinese and Western medicine nursing technology has complementarity.

KEY WORDS: Traditional Chinese and Western Medicine Nursing; Cure the disease; Health

未病先防是指在疾病发生之前即采取各项预防工作以防疾病发生。中医认为人体为有机整体,以脏腑为中心、以经络为联系,具有功能上互相协调以及结构上不可分割等特点,各个部位相互作用,相互影响,均可对整体产生不良影响。人与社会环境以及自然环境共同组成一个统一体,环境与人的生理变化息息相关,社会环境、地理环境或者气候发生变化均可导致人体生理产生变化[1]。中医护理自患者所处社会环境以及自然环境出发,关注人的心理与生理健康,注重对患者的潜在健康问题进行综合评估,通过锻炼机体以及调养情志、身心等方式达到未病先防的目的。情志护理、饮食护理、针灸、刮痧、艾灸等中医护理技术对于改善个体健康状况能够发挥一定的作用,在治未病中的应用效果较为理想。本文主要总结了中西医护理在治未病方面的一些理念和运用情况,以期为进一步完善治未病护理规范提供参考。

1 中医护理

中医护理在中医学辨证观以及整体观理论指

通信作者: 孙艳荣, E-mail: m15311189515@163. com

导下为患者实施辨证施护,以三分治、七分养及防重于治为护理原则和理念。中医护理以中医学为基础,基于中医学理论体系而生成,强调在辨证施护的基础上实施异病同护、同病异护、三因施护,节妄欲、调情志。中医认为人为气血、经络以及脏腑等内在联系的整体,强调人与社会及自然环境的互相影响、不可分割,应对患者进行辨证施护以提高护理效果[2]。中医护理重视“上工治未病”的理念,该理念最早记载于《皇帝内经》,对中医治疗以及中医护理均产生了非常深远的影响。

1.1　采用整体观念施护以取得未病先防的效果

整体观念护理从以下几方面开展:①注重身体调养,增强机体抗邪能力。《素问·遗篇·刺法论》记载:“正气存内,邪不可干”,故而增强体质为提高正气的关键所在。②合理饮食、规律作息。《素问·上古天真论》中强调掌握自然变化规律,及时适应自然环境的变化并确保劳逸结合,保证饮食起居的合理性,如此方能够保证精力充沛、身体健康、延年益寿。③注重身体锻炼。经常进行身体锻炼有助于增强体质,可取得良好的疾病预防效果。④注重精神调节。中医认为人体生理变化及病理变化与人的精神及意识活动存在重要关联,突然性的精神刺激或者持续性精神刺激均可导致人体气机逆乱、阴阳气血失调,如恐伤肾、思伤脾、怒伤肝,突然性的精神刺激或者情绪波动也可导致疾病发生变化。精神愉悦及心情舒畅等有助于气血平和、气机通畅[3]。⑤采取药食预防措施。中医学认为食物咸、辛、甘、苦、酸乃五脏所属,对人体脏腑生理以及病理均可产生影响。

1.2　中医护理技术

中医护理技术涉及心理、饮食、外治等多种领域:①情志护理。保持精神上愉快、清净且安定,在疾病防治中能够取得理想的效果[4]。②饮食护理。中医饮食护理强调依照患者个体差异实施辨证施护,易感冒、腹泻、腹痛、畏寒等有寒性病症的人或虚寒体质者可适量进食桂圆、鲫鱼、羊肉等温补类食物,急性化脓性疾病或者发热等热性患者则需应摄食清淡之品[5]。③针灸。针灸能够激发机体正气,通畅经络之气,纠正脏腑阴阳失衡,有效抵抗疾病[6]。④中药膏摩。在患者皮肤上涂抹膏体并通过推拿手法使药物进入肌理,可能够取得防病治病的效果。⑤拔罐。拔罐具有除湿散寒、通络活血的效果,有助于缓解肌肉疲劳,促进新陈代谢并提升运动能力。⑥耳穴压豆。耳穴压豆是通过对耳廓上反射点或者穴位进行刺激的方式进行治疗,通过经络传导取得疾病防治的效果。⑦刮痧。刮痧借助瓷勺、牛角等在人体皮肤经络及穴位上进行刮拭,能够促进痧气排出,可活血行气、通经舒络、调和脏腑,促进气血畅通及功能修复。⑧刺络放血。刺络放血通过火针、采血针、皮肤针以及三棱针刺破特定穴位皮肤,通过辨证情况将适量血液放出,可调和气血、温阳化热、祛除火毒,从而取得疾病防治的效果。⑨艾灸。艾灸被广泛应用于阳虚体质患者治疗中,可通经舒络,促进其体质改善[7]。

2　西医护理技术

西医护理注重“以患者为中心”的护理理念,注重对患者进行环境、情绪以及心理等各个方面的护理,以恢复患者身心健康为护理目标,以为患者服务为护理内涵,注重满足患者的个性化需求,充分尊重患者的人格尊严与隐私,注重为患者提供舒适的就医环境。西医护理理念以及服务模式与医疗技术的发展息息相关。西医护理在病情观察过程中需要密切观察患者血压、呼吸、脉搏以及体温等变化情况,护理技术包括心理护理、用药指导、康复训练指导等。西医护理精准性以及客观性较强,有助于更加全面地了解患者的健康问题与体质状况并有针对性地满足患者的基本身心要求,西医护理在治未病护理中也具有广泛的应用。

3　中西医护理关系分析

3.1　中西医护理具有统一性

中医护理与西医护理均强调人为多元整体,患者具有心理性、社会性以及物质性,精神、心理以及生理等内部因素与文化、环境等外部因素相互影响、相互作用[8]。中西医护理均强调自人的整体出发,为患者提供多层次且全方位的护理干预,以维护患者健康作为护理重点和中心[9]。

3.2　中西医护理具有一致性

中西医护理均认为人与所处环境为统一整体,在护理过程中必须重视人与社会以及自然环境的关系,因人、因地、因时为患者提供护理服务,自患者精神、心理以及生理等各个方面为患者提供整体性护理,确保患者达到最佳的健康状态[10]。

3.3　中西医护理具有互补性

中西医护理均注重以人为本,将人作为护理工作的中心和重点,强调通过护理干预满足人的

合理身心需求,提高其身心舒适度及生活品质,通过饮食护理、运动护理、心理护理、疾病预防、病情观察等护理干预手段促进患者临床症状缓解和病情改善,提升患者身体抵抗力和免疫力,以取得良好的疾病预防效果。中医护理更加侧重于预防及保健,服务对象更加广泛,服务内容更加全面,而西医护理多面向有疾病的个人或者人群,因此,中西医护理具有互补性,联合应用中西医护理能够提高护理质量和水平,在治未病中应用中西医护理能够取得更加理想的防治效果。

4 小结

护理学为医学科学的重要组成部分,属于自然科学范畴,在临床中发挥着重要作用。中医治未病强调“三分治,七分养”。医护互为一体,不可分割,治未病护理要求重视改善患者的心理状态、休养环境以及营养调理、体质锻炼等,要求动静结合、劳逸结合。适量运动可通利关节、调和气血,能够使机体抗病能力得到增强。西医护理重视人的整体性,注重满足人的生理、心理等各个方面的需求,着重于改善患者的身心健康,丰富患者对治未病相关知识和理念的认知并增强其护理配合度和积极性。中西医护理均注重从人的整体性出发,为患者提供多层次及全方位的护理干预,改善患者的健康问题。

参考文献

[1] 韩萍, 于春蕾, 马文香, 等. 基于治未病理论谈无症状疾病从血浊论治[J]. 天津中医药, 2020, 37(6): 609-612.

[2] 高倩, 李银飞, 黄娟萍. 从和而不同的思想论中医护理的发展[J]. 中医药管理杂志, 2017, 25(24): 130-132.

[3] 张丽霞. 中医治未病理论及其在护理领域中的应用[J]. 按摩与康复医学, 2018, 9(6): 80-81.

[4] 方锐, 杨勇, 任建萍, 等. “中西医并重”视角下中医“治未病”与健康管理的对比及融合研究[J]. 世界科学技术-中医药现代化, 2018, 20(11): 1929-1935.

[5] 尹悦, 吴鸿, 高水波, 等. 基于"治未病"理论的延续性护理模式探讨[J]. 中西医结合护理, 2018, 4(5): 86-88.

[6] 吴松, 马劼旎, 梁凤霞, 等. 针灸治未病临床思路探析[J]. 中华中医药杂志, 2020, 35(12): 6209-6211.

[7] 苏国磊, 韩小飞, 李珮琳. 基于“治未病”理论的中医艾灸疗法对中风患者高危状态的影响[J]. 中国民族民间医药, 2019, 28(2): 99-101.

[8] 唐小平. 刍议中医人性化护理与中国传统文化之内涵[J]. 新中医, 2018, 50(10): 200-203.

[9] 刘晴, 谷艳梅. 危重症患者肠内营养相关性腹泻发生原因及干预措施研究进展[J]. 中西医结合护理, 2022, 8(3): 15-18.

[10] 刘辉. 中医临床护理中治未病理论的实践运用方法及效果分析[J]. 中国妇幼健康研究, 2016, 27(S1): 454-455.